

ཐབས་རིག་བདེན་དཔུང། (སོ་ནམ་དང་གཞན་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ལས་སྒྲུབ།)

ངོ་མིང་ བོ་མོ་..... མི་ཁྲུངས་ངོ་སྟོན་ལག་ཁྱེར་ཨང་..... ཅན་མ་

གཡུས་..... ཟེད་འོག་..... རྫོང་ལག་..... ལས་

གྲང་ཨང་..... བྲམ་ཨང་..... འཆང་མི་གིས་ ཚོད་བསྐྱེད་/ལྷམ་ར་རིག་པ་/མེ་རྟོག་འཇུགས་སྐྱོང་

གི་ལཱ་རྒྱ་ ས་གཞི་ཨེ་ཀར་/འི་སི་..... ཡོད་པའི་ས་ཆ་ བྲམ་ཨང་..... ནང་ སོ་ནམ་ཞིང་ལཱ་

འབད་དེ་སྟོན་ནི་ཨིན་པའི་ ངོ་སྟོན་འབདམ་ཨིན།

དེ་འབདམ་ལས་ སོ་ནམ་འགོ་དཔོན་ང་གིས་འབད་ ཚོད་བསྐྱེད་/ལྷམ་ར་རིག་པ་/མེ་རྟོག་འཇུགས་སྐྱོང་གི་ལཱ་རྒྱ་ གོང་ལུ་བཀོད་

དེ་ཡོད་མི་གི་ ས་ཆ་དེ་ལར་ སོ་ནམ་ཞིང་ལཱ་འབད་བརྟུབ་པའི་ རྒྱབ་སྐྱོན་ངོ་སྟོན་འབདམ་ཨིན།

མིང་:.....

མཚན་རྟགས་དང་ལས་ཐམ་:.....

སོ་ནམ་འགོ་དཔོན།